1

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

₳ 8500



Enciclopedia de
PLANTAS QUE CURAN

FASCICULO 1 Año 1990

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Diagramación
Tito Fiori

Armado
Marcelo Villegas
Dario Shinji

Dibujos
Jorge Mercado

Fotografía
Eduardo Lettieri

Es una publicación de



Córdoba 1364 5 D
Capital Federal

Distribuidora en Capital Federal
Juan Vidal e Hijos
Carlos Pellegrini 739 1° 4

Distribuidor en Interior
SADYE S.A.
Av. Belgrano 355 9° y 10° Piso
T.E. 30-5847-1536-1537
Capital Federal

Impreso en Talleres Gráficos
RECALI S.A.
Perdriel 1534 - Capital
MAYO 1990

SUMARIO

Esta publicación solamente aspira a informarlo de las propiedades curativas de algunas plantas conocidas en nuestro país. No es un manual para automedicarse ni pretende reemplazar la labor de un facultativo. Consulte a su médico, solamente él puede ser quien decida y supervise un tratamiento prolongado.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN en una obra compuesta de 30 fascículos de aparición semanal que se encuadernarán en dos volúmenes de 15 fascículos cada uno.

PLAN DE LA OBRA

Cada fascículo ofrecerá, semanalmente, una presentación, por orden alfabético, de cada hierba o planta medicinal. Las especies tratadas vendrán acompañadas de su respectiva descripción, ilustraciones, propiedades y recetas (infusiones, tinturas, vinos, jarabes, cremas, pomadas, cataplasmas, etc.).

En los fascículos finales ofreceremos una serie de fórmulas sencillas e inocuas de uso doméstico; algunas de ellas ya habrán sido tratadas en la planta correspondiente, otras no. Usted tendrá así una guía para la elaboración de licores, cosméticos y remedios que se pueden preparar fácilmente en casa con el simple auxilio de elementos de uso cotidiano en la cocina.

También dispondrá, al final de la colección, de un índice alfabético de todas las especies descriptas; inclusive con varias entradas si la especie es conocida por más de un nombre.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

VOLUMEN 1



Buenos Aires - República Argentina
Printed in Argentina

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Es una publicación de



Córdoba 1364 5º D
Capital Federal

Impreso en los
talleres gráficos
Recali S. A.
Perdriel 1534
Capital Federal

Queda hecho el deposito que
previene la ley 11723

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

UNA MANERA DE ACERCARSE A LA NATURALEZA

A medida que nos acercamos al siglo XXI vemos nuestra vida cotidiana simplificarse gracias a las ventajas y beneficios de la ciencia y la tecnología. Este continuo progreso acostumbró al hombre actual a tener sus problemas solucionados con mayor rapidez y esfuerzos cada vez menores. La medicina no escapa a esta norma, la prisa marcó este aspecto de la vida humana; estamos en la era de los medicamentos de acción fulminante. Sin embargo, en muchos casos esta acción fulminante es totalmente innecesaria.

Hasta dos décadas atrás vivimos una época de remedios naturales para el tratamiento de enfermedades sencillas. En invierno se hervían hojas de eucaliptus para perfumar el ambiente y prevenir resfríos, los catarros persistentes eran tratados con fomentos y cataplasmas. Remedios simples pero efectivos, sin el efecto contundente de un antibiótico, pero cargados de afecto.

Aquella persona que decida hacer un tratamiento con plantas medicinales, debe recordar que su uso está reñido con la prisa. Se deben usar en aquellas enfermedades que no exijan un resulado positivo en breve tiempo. Tampoco deben esperarse con este método curas milagrosas (sí, algunos resultados sorprendentes). Si se está debidamente asesorado, el uso terapeútico de plantas medicinales es inofensivo, puede prolongarse sin peligros y no produce efectos colaterales ni acostumbramientos.

Es necesario recordar que, en ningún caso, la cura con plantas y hierbas sustituye el consejo y atención de su médico (lo ideal es una combinación de ambos), una intervención quirúrgica o un antibiótico adecuado. No es lo mismo tomar una taza de té de tilo como tranquilizante que pretender curar, con este método, un grave trastorno nervioso.

El uso de hierbas y plantas medicinales lo acercará espontáneamente a la naturaleza, lo predispondrá a ver sus problemas con otra óptica y lo ayudará a relajarse. Eso es una forma de mejoría.

TECNICAS DE PREPARACION MAS FRECUENTES

Como paso previo, queremos especificar algunos de los términos que serán de uso corriente a lo largo de la obra.

Básicamente las plantas y hierbas medicinales se preparan en forma de **Cocimiento** (o decocción), **Infusión** (o té) y **Maceración**.

Cocimiento: Se coloca la sustancia en un recipiente con agua fría y se calienta hasta llegar a ebullición. El período de hervor puede variar con el tipo de planta o hierba que estamos tratando. Generalmente se usa cuando se trata con partes leñosas o semileñosas: madera, ramas, cortezas, carozos o raíces.

Infusión: Es la forma más corriente de procesar la planta medicinal. Se usa un recipiente no metálico o de un metal no alterable (acero inoxidable) ya que todas las plantas poseen, en mayor o menor medida, tanino y éste se puede combinar con los metales. Lo ideal son los envases de porcelana, vidrio, loza o hierro esmaltado (esta precaución también es válida para el cocimiento). En el recipiente elegido se coloca la dosis indicada de especie y se le vuelca encima el agua hirviendo. Se deja de cinco a diez minutos, se cuela y se bebe frío o caliente. En todos los casos es recomendable poner la especie trozada para aprovechar al máximo las sustancias contenidas en ella. Esta técnica es recomendable, asimismo para el **cocimiento** y la **maceración**.

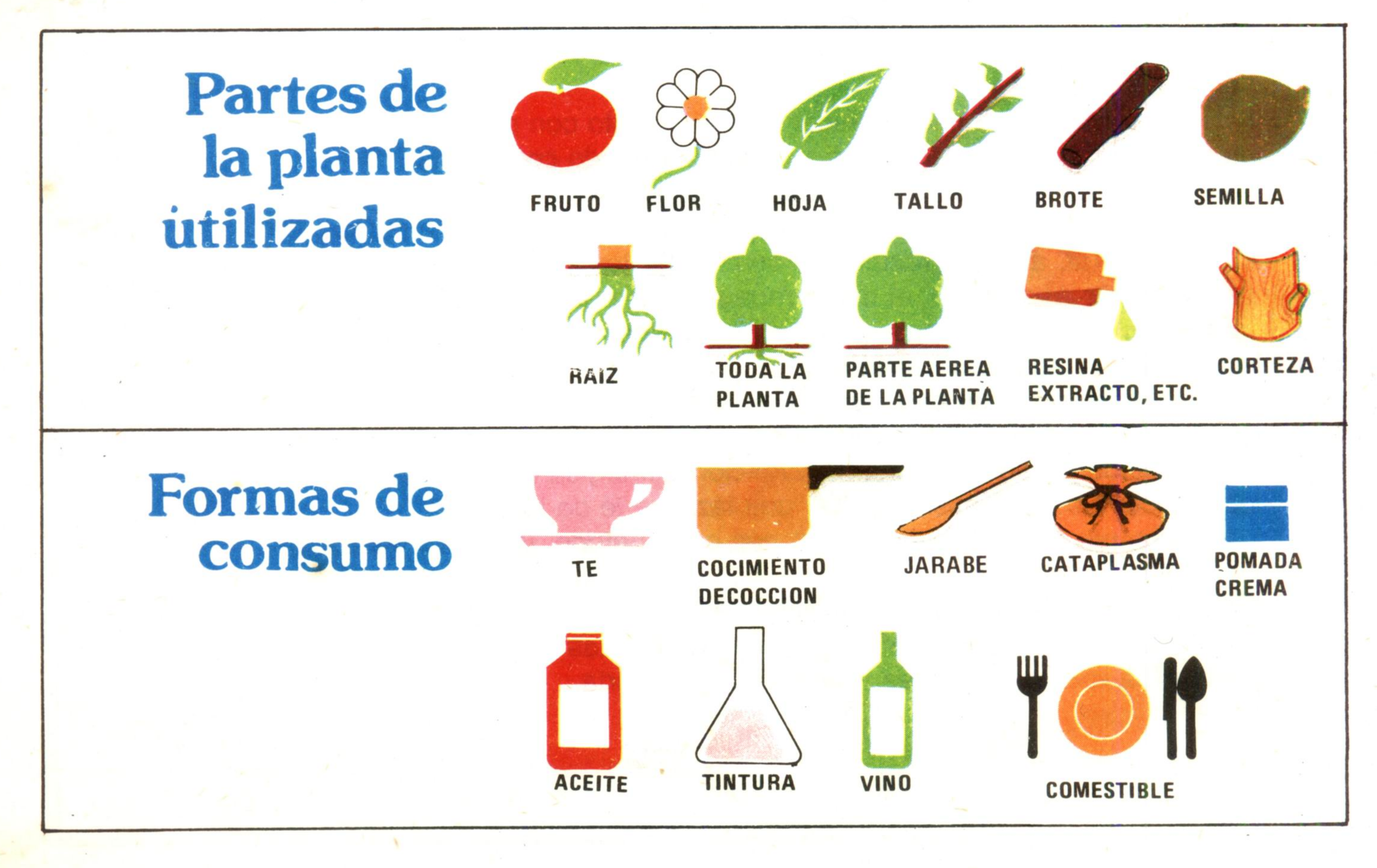
Maceración: Consiste en dejar la especie en contacto con agua fría, u otro líquido, el tiempo necesario hasta que la sustancia activa se haya disuelto.

Las formas más usadas de maceración a lo largo de esta colección serán las **Tinturas** (o alcoholitos), los **Vinos** (o enolitos), los **Aceites** (u oleolitos) y una forma intermedia entre maceración y cocimiento que son las **Cremas y Grasas** (o liparolitos).

En todos los casos, los tiempos de maceración y técnicas de preparación vienen indicados. Con respecto a las **Tinturas**, queremos dar algunas normas generales.

El tiempo de maceración (salvo otra indicación) de todas las tinturas será de 15 días. Si las tinturas son para uso interno se deberá usar alcohol apto para consumo (lo mejor es pedir asesoramiento en una droguería especializada). Lo ideal es trabajar con frascos de vidrio de color oscuro. boca ancha y tapa esmerilada. Uno de dos litros, dos de uno y dos de medio, serán suficientes. También necesitará un embudo de vidrio para poder realizar filtrados y transvases y una medida de vidrio graduada (puede servir perfectamente una mamadera de vidrio Pyrex). Agregue a esto una pequeña balanza.

Los alcoholes usados en las **Tinturas** variarán en su graduación según la planta sea resinosa o nó.





ABEDUL




Nombre científico:
Bétula Pendula
Familia:
Betuláceas

Arbol de altura variable. Según los lugares donde crece su tamaño puede variar desde un simple arbusto o llegar hasta 15 metros. Es bastante parecido al álamo blanco con el cual se confunde facilmente. Tiene ramas rectas y hojas semejantes a la del álamo, pero mas pequeñas y de un sabor amargo.

De este árbol se puede aprovechar la corteza y las hojas. El cocimiento de corteza (a razón de 60 gramos por litro de agua) sirve para lavar las llagas y las heridas para acelerar su cicatrización.

Preparando un cocimiento de 50 gramos de hojas por litro de agua se obtiene un té de propiedades febrífugas (para gripes y resfríos) que se puede tomar entre dos o cuatro veces por día. Este té también tiene propiedades diuréticas por lo que es aconsejable en casos de problemas reumáticos.

Otra forma de usar la corteza es en forma de tintura según la siguiente receta.

Hirviendo 100 gramos de hojas en un litro de agua y dejando reducir hasta la mitad, se obtiene un excelente gargarismo para enfermedades y ulceraciones de boca y garganta.



TINTURA DE ABEDUL

Alcohol de 60º.......500 c.c.
Corteza de
Abedul.................. 20 gr.

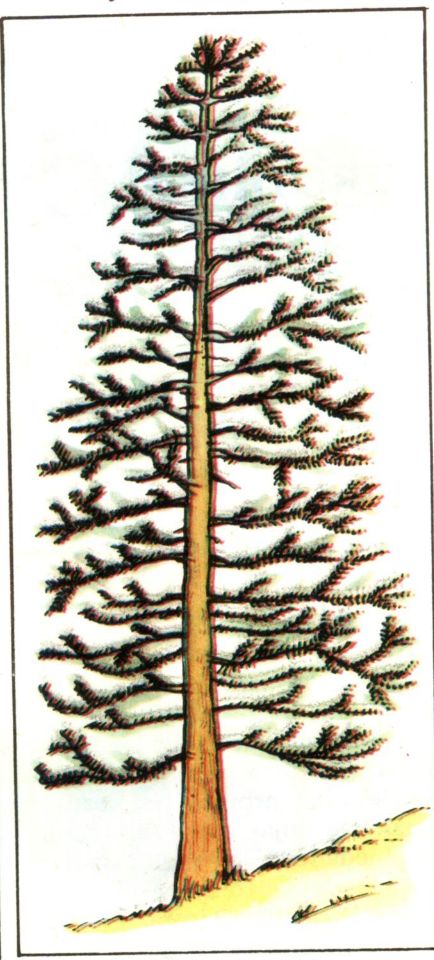
Se toman entre dos y cuatro cucharaditas al día diluidas en agua (tibia o a temperatura ambiente), infusiones o jugos de fruta. La tintura tiene las mismas propiedades que el té.

ABETO



Nombre científico:
Abies Pectinata
Familia:
Abietáceas

El abeto puede llegar hasta los 50 metros de altura. Conífera de ramas horizontales, corteza blanquecina, hojas aciculares y persistentes, flores poco visibles y fruto en piñas.



Para los efectos medicinales también puede usarse el pino.

Si se hierven 200 gramos de piñas en 2 litros de agua se obtiene un cocimiento recomendable para baños de pies y baños fortificantes, sobre todo para casos de reumatismo y gota.

Hirviendo 20 gramos de hojas en un litro de agua se obtiene una bebida recomendable para casos de tos (en resfríos y catarros).

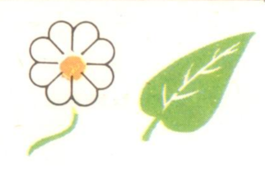


JARABE DE YEMA DE ABETO

Hervir a fuego lento 4 gramos de yema de abeto en medio litro de agua. Cuando la infusión se haya reducido a la mitad, retirarla del fuego, colarla y endulzarla con miel. Esta es la dosis de jarabe para un día. Se puede tomar en cucharadas o disuelta en agua tibia o infusiones.

Este jarabe es recomendable en casos de catarros persistentes y estados gripales. Además, es un excelente diurético. Suele ser usado contras las herpes, en este caso los resultados se notan luego de un uso constante y prolongado.

ABRE-PUÑO



Nombre científico.
Centaurea melitensis

Planta muy difundida en nuestro país. En el campo se usa el té de Abre-puño como regulador intestinal y como antifebrífugo.

Si se hierven flores y hojas se puede preparar una cataplasma que alivia dolores reumáticos y de lumbago. La cataplasma debe ser aplicada caliente.





ABROJO



Nombre científico:
Tribulus cistoides
Familia.
Cigofiláceas

*Esta planta es de tallos largos y rastreros con hojas compuestas; su fruto es de forma esférica y posee numerosas púas. Su nombre viene del latín "aperi oculum" que significa abre el ojo, probablemente aludiendo a lo molesto de sus espinas que se prenden en la ropa o lastiman la piel.

*Crece en abundancia en nuestro país, Bolivia, Chile, Paraguay y Uruguay.

Las semillas son astringentes y su cocimiento es recomendable para las hemorragias nasales.



También es recomendable para hacer gargaras y buches para irritaciones de las encías. El cocimiento en este caso se prepara con 30 gramos de semillas por litro de agua.



ABROTAMO



Nombre científico.
Artemisia abrotanum
Otros nombres:
Cipresillo, Hierba lombriguera, Guardarropa, Brótano
Familia:
Compuestas

Es un arbusto de 70 a 80 cm de altura, se lo cultiva en jardines por su agradable olor a limón.

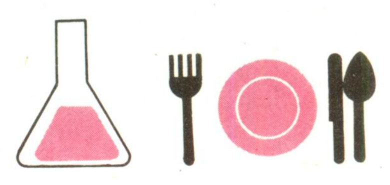
De este arbusto se aprovechan las hojas que tiene varias propiedades siendo las mas destacadas la de tónico estomacal, también se usa contra las lombrices. Para este fin se prepara una infusión de 15 gramos de hojas por litro de agua.

También suele usarse comc regulador menstrual.

En caso de contusiones o machucones se pueden aplicar fomentos de hojas de Abrotamo. La proporción será de 60 a 100 gr. de hojas por litro de agua.

Las hojas frescas machacadas y aplicadas sobre la piel actúan como repelentes de insectos.

Algunas personas suelen mezclar hojas de Abrótamo en ensaladas, ladas aprovechando sus cualidades medicinales y aromáticas. También se lo usa para preparar vinagre aromatizado.



TINTURA DE ABROTAMO

Alcohol de 60º........... 200 c.c.
Hojas de Abrotamo
Macho......................... 40 gr.

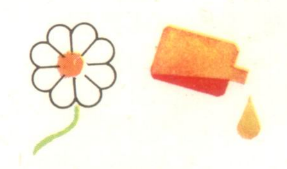
Una cucharadita de café antes de las principales comidas, sirve como aperitivo. En caso de lombrices una cucharada antes de acostarse y una en ayunas. Como regulador menstrual, en tres o cuatro cucharaditas al día. En todos los casos, se aconseja diluir la tintura en medio vaso de agua.

TONICO CAPILAR

40 gramos de hojas y flores de romero y 40 gramos de hojas de abrotamo macho en un litro de alcohol medicinal (90º).

Se deja macerar durante dos semanas. Se le agregan dos litros de agua destilada y se filtra. Se usa para fricciones del cuero cabelludo. Actúa como reconstituyente capilar.

ACACIA



Nombre científico:
Acacia arábica
Familia:
Mimosáceas

Arbol de madera dura, hojas compuestas, flores olorosas en racimos laxos y colgantes. A veces suele ser un árbol con espinas.

Ya en la Biblia hay referencias a este árbol. El Templo de Salomón era de acacia. Con su madera, Moisés mandó construir el Tabernáculo y el Arca de la Alizanza.

La goma arábiga (ver Goma Arábiga), se obtiene por medio de incisiones en la corteza del árbol, por las cuales sale la savia formando concreciones transparentes al endurecerse.

En casos de bronquitis o tos se recomienda el té de flores de acacia. Se hierven 10 gramos en medio litro de agua y se endulza con miel.



ACANTO



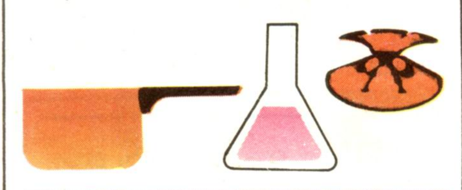
Nombre científico.
Acanthus mollis
Familia:
Acantáceas

Planta perenne, herbácea, con hojas anuales, largas, rizadas y espinosas.

El jugo, espeso y musilaginoso, que se obtiene de las hojas puede usarse en los casos de falta de apetito. Se toma media cucharada de sopa de este jugo (disuelto en medio vaso de agua o de vino) media hora antes de comer.

El cocimiento de hojas y raíz es un excelente remedio para enfermedades de la piel (eczemas) o hematomas. En este caso debe hervirse un manojo de la planta en un litro de agua. Se puede usar en fricciones, baños o fomentos; en todos los casos es recomendable usarlo tibio.

También puede usarse las hojas en cataplasmas en casos de hematomas herpes o eripselas.



TINTURA DE ACANTO

Alcohol de 60º .... 500 c.c.
Semillas de acanto......................... dos cucharadas.

10 gotas a la mañana y a la noche, disueltas en medio vaso de agua tibia, actúan como regulador menstrual.

ACEDRAQUE

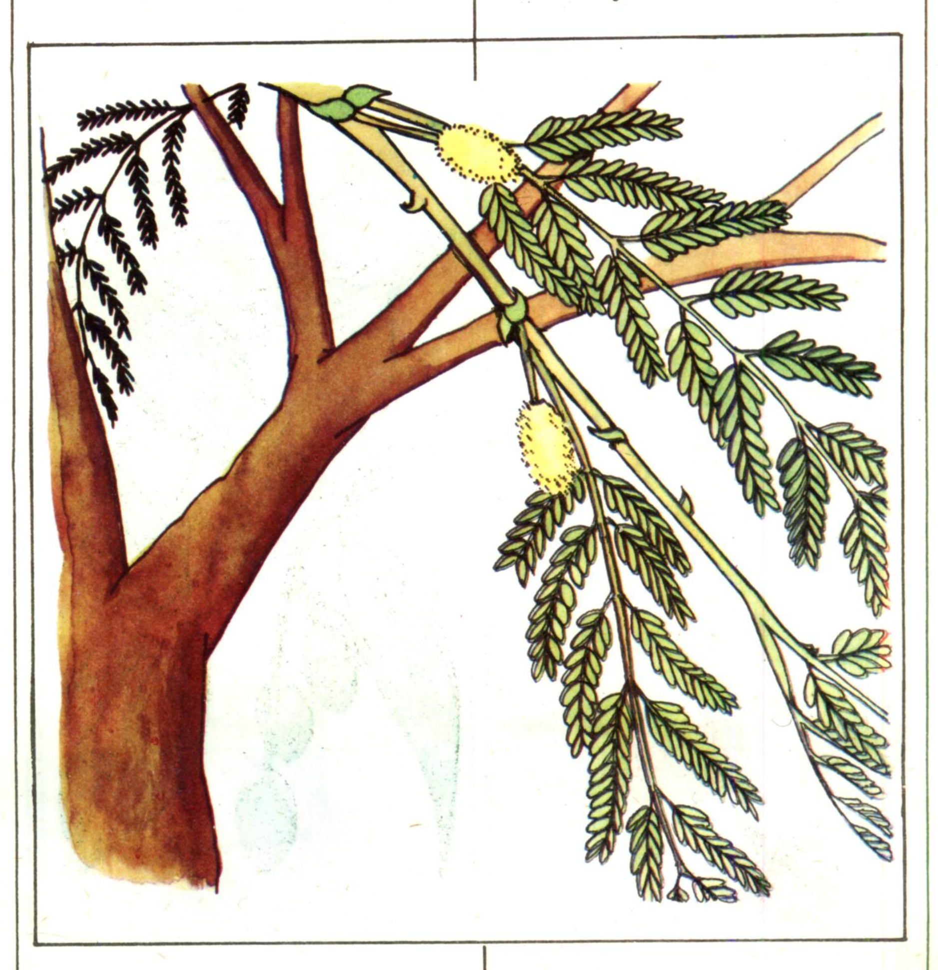


Nombre científico:
Melia azedarach
Otros nombres:
Flor del Paraíso, Cinamomo.

Esta planta llega a alcanzar 25-30 metros de altura en las regiones tropicales y se halla extendida en casi todas las regiones de la tierra. Es de tronco recto con ramas irregulares y de hojas lanceoladas, lustrosas y lampiñas de color verde intenso.

El té de hojas de Acedraque corrige la sequedad de vientre a la par que es un excelente remedio contra las lombrices. La proporción aconsejable es: 5 gr. de hojas en medio litro de agua.

Si se desean efectos más enérgicos o mas débiles basta aumentar o disminuir la cantidad de hojas en la infusión.



El té, muy diluído, tomado en ayunas o antes de acostarse, es un excelente relajante.



ACEDRILLA



Nombre científico:
Oxalis acetosella
Otros nombres:
Vinagrillo, Trébol agrio, Aleluya.

Planta perenne, vivaz, crece espontáneamente en sitios sombríos. De raíz rastrera, hojas acorazonadas amarillentas por el haz y moradas por el envés.

El cocimiento de hojas, en agua o leche y endulzadas con miel, actúa como calmante y refrescante en las afecciones febriles e inflamatorias. En este caso las proporciones aconsejadas son 60 gramos de hojas por litro de agua (o leche) hirviendo.

También tiene valor diurético, en este caso se aconseja tomar té de hojas a lo largo del día.

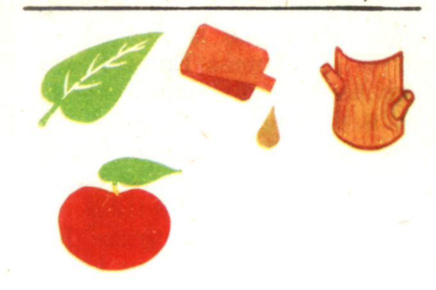
Las hojas machacadas y aplicadas sobre flemones y granos calman el dolor.

Para diarreas persistentes se recomienda de dos a cuatro cucharadas por día de jugo de hojas de acederilla.

En caso de ulceraciones bucales, se aconseja mascar hojas frescas de acederilla.



ACEITUNA (OLIVO)

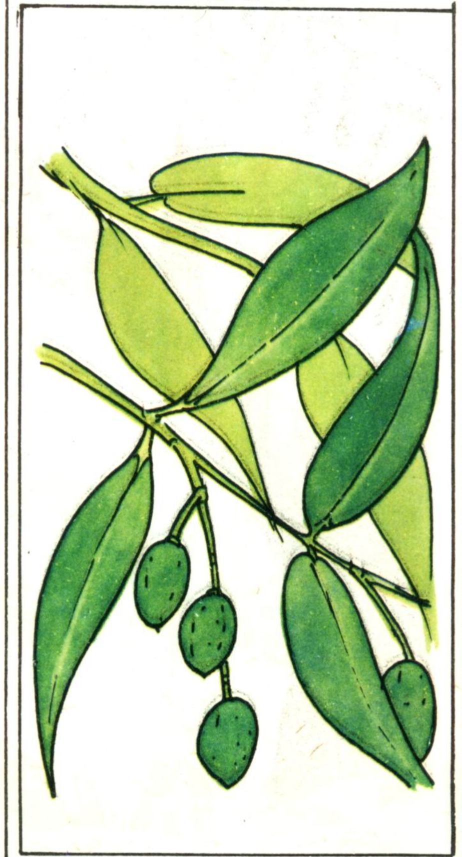


Nombre científico:
Olea europea
Familia:
Oleaceas

Arbol de tronco corto, grueso y torcido que alcanza una altura de hasta cinco metros. Copa ancha y ramosa, hojas elipticas y persistentes de contextura coriácea de color verde lustroso por el haz y blanquecinas por el envez.

El cocimiento de hojas de olivo es un eficaz hipotensor.

Para preparar la infusión se hierven 20 gramos de hojas de olivo en un litro de agua. Se beben tres tazas de esta infusión al día cuidando además de beber abundante agua.



TINTURA DE HOJAS DE OLIVO

Alcohol de 60º .... 500 c.c.
Hojas de olivo............. 100 gr.

Se utiliza, por cucharaditas, disuelto en un vaso de agua tibia o en la infusión que se desee (mate, café, té). Sus efectos son iguales a los del cocimiento de hojas y corteza.

El aceite, además de ser un excelente condimento, también tiene propiedades terapeuticas. Como laxante en proporciones de 10 a 50 grs. en ayunas. Su consumo previene los calculos de hígado y vesícula, como asimismo las afecciones renales.

Las fricciones de aceite de oliva sobre la piel la suaviza, tornándola mas blanda y flexible. En caso de escarlatina una fricción general con aceite de oliva (después de un baño templado) torna la piel de los niños menos sensible al frío.

En caso de quemaduras una friega con aceite de oliva ayuda a calmar el dolor y a la rápida cicatrización. También se puede preparar una cataplasma de aceitunas (frescas), hojas, aceite, clara de huevo y agua.

El cocimiento de hojas y cortezas es también un eficaz vermífugo. La infusión se prepara de la siguiente manera:
Hojas y corteza............. 20 gr.
Agua............................ 1 lt.
Cuando levanta el hervor, retirar del fuego. Se toma una taza en ayunas como vermifugo.



ACELGA



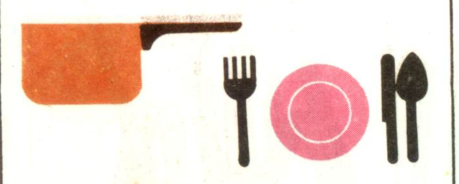
nombre científico:
Beta vulgaris

Hortaliza muy común. Las hojas, lisas, anchas y jugosas, nacen del cuello de la planta. El pecíolo es grueso y acanalado por el interior.

Las hojas de la acelga son recomendables a las personas que padecen de sequedad de vientre. También son eficaces en las enfermedades de hígado.

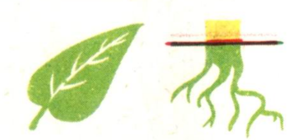
El cocimiento de hojas de acelga es calmante en las irritaciones de estómago e intestino (el cocimiento es el agua donde fueron hervidas las hojas).

Las hojas frescas, aplicadas sobre llagas y úlceras de piel, alivian el dolor y reducen la inflamación. Con el mismo fin se pueden aplicar sobre las hemorroides inflamadas.



ACIANO
(véase AZULEJO)

ACONITO



Nombre científico:
aconitum napellus
Otros Nombres:
Haba de lobo, Capilla de mono, Raiz del diablo.

Planta herbácea, vivaz de hojas alternas. Flores dispuestas en racimos terminales o axilares.

Planta conocida desde la antigüedad. La mitología griega dice que Hércules, al bajar al infierno se encontró con el perro Cerbero. Este animal tenía tres cabezas y era el guardián de la puerta de los infiernos. Hércules intentó estrangularlo. De las babas de Cerbero nació el acónito.

El acónito crece en geografías variadas que van desde lo alto de las montañas a los bosques, pero se dá con facilidad en lugares húmedos y poco iluminados. En nuestro país suele ser cultivado en los jardines como planta de adorno.

Es una planta venenosa y su uso es recomendable bajo la supervisión del médico.

Una receta que puede ser usada sin riesgo es la siguiente.



TINTURA DE ACONITO I

Raíces de acónito........ 200 gr.
agua............................ 600 c.c.
alcohol de 90º............1200 c.c.

Se deja macerar esta mezcla durante dos semanas, se filtra y se guarda en una botella color caramelo y tapa hermética.

Esta tintura es un calmante recomendado para los estados congestivos (gota, gripe, neuralgias, tos congestiva).

Las dosis son de 20 a 30 gotas (repartidas en porciones para poder tomar a lo largo del día) para adultos y de 1 a 5 para niños (también repartidas en porciones). Estas gotas se disuelven en un vaso de agua tibia azucarada o en la infusión de su agrado.

También se puede preparar una tintura de hojas secas de acuerdo a la siguiente fórmula.

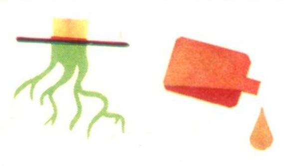
TINTURA DE ACONITO II

Hojas sedas de acónito...400 gr.
agua............................ 600 c.c.
alcohol de 90º........... 1400 c.c.

Se deja en maceración 8 días el resto de la preparación es igual a la tintura de raíces, así como sus propiedades.

Dosis: adultos, 40 a 60 gotas, niños 2 a 10 gotas (en ambos casos, repartidas como ya se explicó para tintura de raíces).

ACORO



Nombre científico:
Acorus calamus
Familia.
Aráceas
Otros nombres.
Calamo aromático, caña aromática.

Planta vivaz, de rizomas mas o menos ramificados. Hojas en forma de cinta y con ramos terminados en una inflorescencia.

Esta planta posee un olor agradable y penetrante y un gusto amargo; el perfume de la planta se hace más intenso cuando esta está seca.

El aceite de cálamo es un buen remedio para el reumatismo. Se aconseja preparar un baño de inmersión al que se le agregan de 20 a 30 gramos de aceite mezclados con medio litro de alcochol.

TINTURA DE ACORO

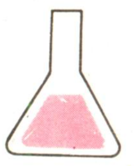
Alcohol de 60º........... 200 c.c.
Raiz de acoro............... 40 grs.

Se toman un par de cucharaditas disuelta en infusiones o en vino, puede usarse como digestivo o como aperitivo.

En casos de paludismo se aconseja tomar té de acoro, a razón de 10 gramos de raiz por litro de agua. Loa ataques serán mas cortos y de menor intensidad.

Masticando trozos pequeños de acoro pasa el deseo de fumar por dejar el humo del cigarrillo un sabor muy desagradable en la boca.

El té tiene propiedades digestivas y estomacales, es además un tonico del corazón higado y bazo y un excelente diurético El té se prepara haciendo hervir varios trozos desmenuzados de raiz. También se puede usar la tintura de acoro.





ACHICORIA

Nombre científico:
Picrosia Longifolia Don.
Familia:
Compuestas

Esta planta crece en forma natural en los campos, orillas de los caminos y terrenos sembrados y baldíos. Se la encuentra practicamente en todo nuestro país.

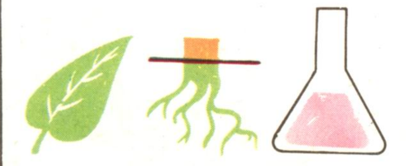
Sus hojas tienen propiedades sudoríficas, depurativas, laxantes y diuréticas. También puede emplearse en baños y fomentos en ciertos casos de afecciones de piel.

Como digestivo se recomienda la siguiente infusión.

Agua.................... 500 c.c.
Hojas secas........... 5 gr.
o bien:
Agua.................... 500 c.c.
hojas verdes.......... 10 gr.

Se hace hervir, se cuela, se tapa y deja enfriar. Se aconseja una taza después de cada comida.

También puede prepararse la tintura.



TINTURA DE ACHICORIA

Alcohol de 60º........... 200 c.c.
Raiz de achicoria........ 80 gr.

Se puede usar como laxante, diluyendo una cucharada en un vaso de agua tibia azucarada, o en la infusión de su preferencia.

ACHIOTE

Nombre científico:
Bixa Orellana
Otros nombres:
Achiote o Urucú

Arbol de tronco recto, ramificado en gruesas ramas que conforman una frondosa copa. Da flores blancas y rosadas. El achiote se da en Filipinas y Antillas y en gran parte de Sud-América. En nuestro país se lo encuentra en la zona del Chaco, Corrientes y Salta.

Las hojas del achiote machacadas sirven para preparar una cataplasma que aplicada sobre la frente alivia los dolores de cabeza.

Es un excelente espectorante y también se utiliza en los casos de bronquitis.Para estos casos, prepare un té con la cáscara que envuelve a la semilla. Se prepara una infusión a razón de 20 gr. de cáscara en 1 litro de agua hirviendo. La dosis aconsejada es de 2 o 3 tazas por día.

Un conocimiento de hojas de achiote a razón de un manojo por un litro de agua es un excelente remedio para curar las inflamaciones de boca y garganta. Se aconseja hacer buches o gárgaras con este líquido cada tres o cuatro horas.



ADONIS



Nombre científico:
Adonis vernalis
Familia:
ranunculacias
Otros nombres:
Salta ojos u Ojos de perdiz

Esta planta crece espontaneamente y también se la cultiva en jardines por sus vistosas flores que pueden ser de color rojo o amarillo. Es una planta que requiere muy pocos cuidados.

Tiene excelentes propiedades diuréticas y también como tonificante cardíaco. Se emplean las hojas, el tallo y las flores. Se puede tomar en forma de té, o preparar una tintura.

El té de Adonis se prepara hirviendo de 10 a 20 gr. de la planta por litro de agua. La dosis aconsejada es de 3 tazas por día antes de las comidas.





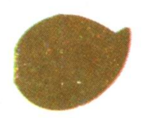
TINTURA DE ADONIS

Alcohol de 90º......... 200 c.c.
Planta seca................ 40 gr.

Se deja macerar por 15 días y se filtra, se guarda en un frasco oscuro y de tapa hermética. Dosis: de 20 a 30 gotas en un vaso de agua tibia endulzado con miel después de cada comida.

ADORMIDERA





Nombre científico:
Papaver Somniferum
Familia:
Papaveráceas
Otros nombres:
Amapola roja o Amapola blanca

Planta de hojas abrazadoras, de color azulado, flores grandes y terminales y frutos en forma de cápsula. Sus propiedades narcóticas son conocidas de la antigüedad más remota, de allí proviene su nombre.

Su uso fundamental es de calmante:

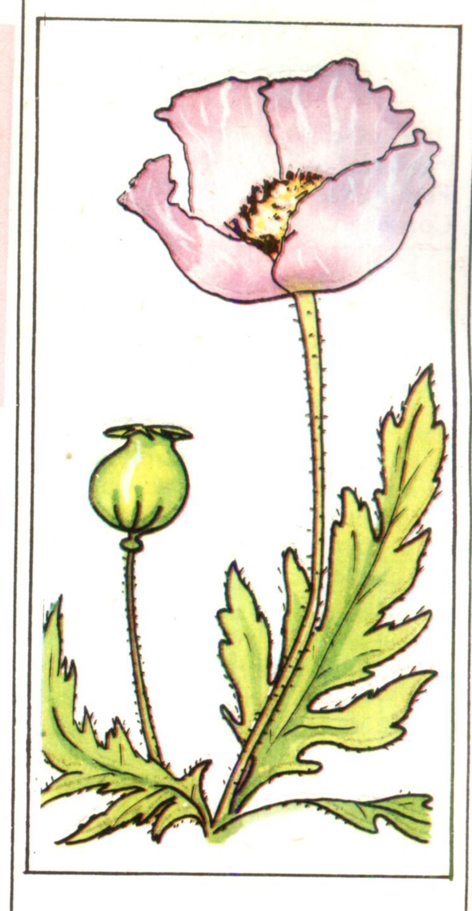
Las hojas y cápsulas de adormidera hervidas en agua sirven para preparar un cataplasma calmante para hematomas, lastimaduras dolorosas, cólicos y dolores reumáticos.

TINTURA DE ADORMIDERA

Alcohol de 70º....... ... 200 c.c.
Cabezas de Adormidera. 40 gr.

Se usa de 40 a 50 c.c. de tintura en una taza de tibia para hacer buches y gárgaras.

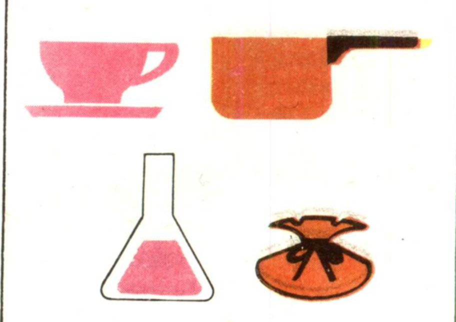
Para cólicos, irritaciones de intestinos, vómitos nerviosos y estados de ansiedad e insomnio, se recomienda el siguiente té: agua 1 litro, cápsulas quebradas y sin semillas 10 gr., se calienta hasta ebullición, se deja enfriar



tapado y se cuela. En caso de insomnio, se aconseja tomar una taza media hora antes de acostarse. En los otros casos un pocillo de café cada 45 minutos o una hora.

Para cutis inflamado se recomienda preparar un cocimiento dela misma manera que el té, pero se lo deja hervir durante 10 minutos; se empapa una toalla pequeña y se aplica en el rostro en forma de compresa tibia.

Un cocimiento de hojas, cabezas de adormidera y hojas de coca (este último opcional), sirve para preparar un líquido apto para gargarismos y buches calmantes de dolores y molestia de boca y garganta. Para este mismo fin se puede preparar una tintura.



AGAVE



Nombre científico:
Agave Americana
Otros nombres:
Jeniquen, Cabuya, Pita

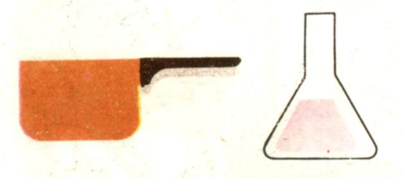
Esta planta es muy conocida entre nosotros por abundar en plazas y jardines como adornos. Las hojas son largas, gruesas, lanceoladas y carnosas. Tienen el borde dentado con espinas gruesas y cortas; en el extremo de la hoja, tiene una gran espina de gran dureza. En el momento de su floración se levanta desde el centro de la planta un ramo floral de crecimiento rápido y típica forma de candelabro.

El jugo de la hojas sirve para lavar la ropa.

Haciendo hervir un puñado de hojas en 1 litro de agua durante 10 minutos se prepara un excelente cocimiento de propiedades depurativas que puede beber frío o caliente, endulzando con miel. También este líquido se puede utilizar para lavar los ojos inflamados. Si se bebe en cantidad también tiene poder diuréticoSi se bebe en cantidad también tiene poder diurético.

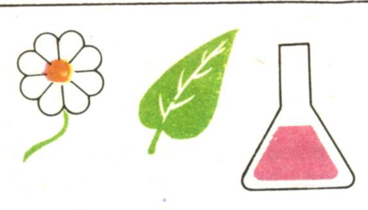
El líquido que se obtiene machacando las hojas con agua en partes iguales, sirve para aliviar heridas y reducir hinchazones. También.

Mezclando con aceite de oliva o de coco en partes iguales sirve para combatir los dolores reumáticos. Se recomienda hacer fricciones dos o tres veces por día.





AGRIMONIA



Nombre científico:
Agrimonia Eupatoria
Familia:
Rosáceas
Otros nombres:
Ciento en rama, Eupatoria.

Esta planta abunda en nuestro país, siendo muy común en las provincias de Córdoba, Tucumán, La Rioja y Catamarca.

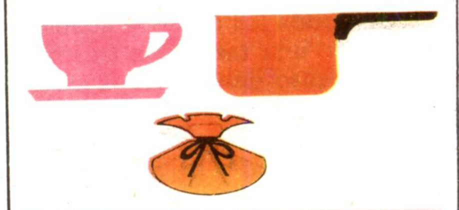
Muy afin al rosal es una planta vivaz, perenne, de un metro de altura, tallo velloso, hojas largas y ásperas y flores pajizas.

Son muy usadas las hojas que, por sus propiedades astringentes y refrescantes, son muy eficaces en el tratamiento de garganta, inflamación de boca y encías. Para este fin, se hace un cocimiento de 20 gr. de hojas en 1 litro de agua (si se desea, se le puede agregar llantén o corteza de encina). Se cuela, se le endulza con miel y se le usa para hacer buches o gargarismos. Es recomendable usarla tibia.

En casos de luxaciones o dolores articulares, se prepara la siguiente cataplasma. un puñado de hojas verdes o secas de agrimonia con igual cantidad de afrechillo. Se hierve en vino y se aplica esta cataplasma tibia.

En el caso de cansancio de pies luego de estar mucho tiempo parado o haber caminado mucho, se aconseja un baño tibio con una cocción de agrimonia.

En el caso de diarrea infantil o de otro desarreglos intestinales se prepara un té a razón de 30 gr. de hojas por litro de agua. Se recomienda beber tres tazas de esta infusión por día. Para desarreglos menstruales, o debilidad de vejiga suele dar resultado el té de flores de agrimonia a razón de 20 gr. de flores por litro de agua.



TINTURA DE AGRIMONIA

Alcohol de 60º............200 c.c.
Agrimonia, hojas.......... 40 gr.

3 cucharadas de tintura en un vaso de agua tibia son recomendables para buches y gargarismos. Una cucharada en agua de arroz o agua tibia, para las diarreas crónicas.

AGUARIBAY



Nombre científico:
Stainus Mollis Lineo
Familia:
Anacardiaceas
Otros nombres:
Gualeguay, Molle de Perú, Aguariba, Turbinto, Terebinto, Molle de incienso, Pimienta de América

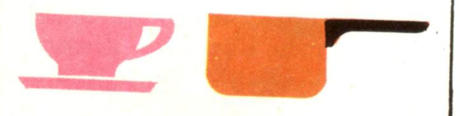
Arbol de tronco recto, corteza resquebrajada y ramas colgantes. Hojas compuestas con hojuelas lanceoladas y siempre verdes. Flores pequeñas en panojas y de color blanquecino. Frutos en bayas redondas, dé color rojizo y olor a pimienta.

Se usan las hojas, los frutos y la corteza, siempre en cocimientos. Da excelentes resultados en caso de catarros bronquiales y diarreas. La cantidad recomendada es 30 gr. por litro de agua. En caso de resfríos se aconseja tomarla bien caliente con una copa de coñac.

La corteza contiene trementina que es un eficaz balsámico anticatarral. Un cocimiento de corteza pura tiene efectos más rápidos. Coloque cuatro cucharadas de corteza picada en un recipiente con un litro de agua. Hierva por cinco minutos, cuele y endulce con miel.

En todos los casos se aconseja beber una taza cada tres horas. En caso de resfriados rebeldes o gripes muy fuertes, coloque 200 gramos de corteza en un litro y medio de agua, llevar a hervor, aspirar en vaporización.

El té de aguaribay también es un buen regulador menstrual.



AJEDREA



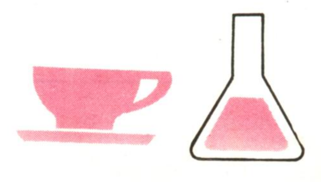
AJEDREA

Nombre científico:
Satureia Hortensis
Familia:
Labiadas
Otros nombres:
Saborija, Saturyra, Tomillo Real

Planta de unos 30 centímetros de altura, muy poblada de ramas. Hojas estrechas, de color verde oscuro y algo vellosas. A causa de ser muy perfumada se la cultiva en jardines.

Las hojas de esta planta actúan como estimulante estomacal y, fundamentalmente, ayudan a eliminar los gases resultantes de una mala digestión.

Se puede usar como infusión o como tintura. Infusión de 25 a 30 gr. de hojas por litro de agua. Dosis aconsejada cuatro tazas al día, preferentemente después de las comidas.



TINTURA DE AJEDREA

Alcohol de 60º.......... 200 c.c.
Hojas de ajedrea......... 40 gr.

Se aconseja tomar una cucharadita diluida en agua tibia o en la infusión de su agrado.

AJENJO

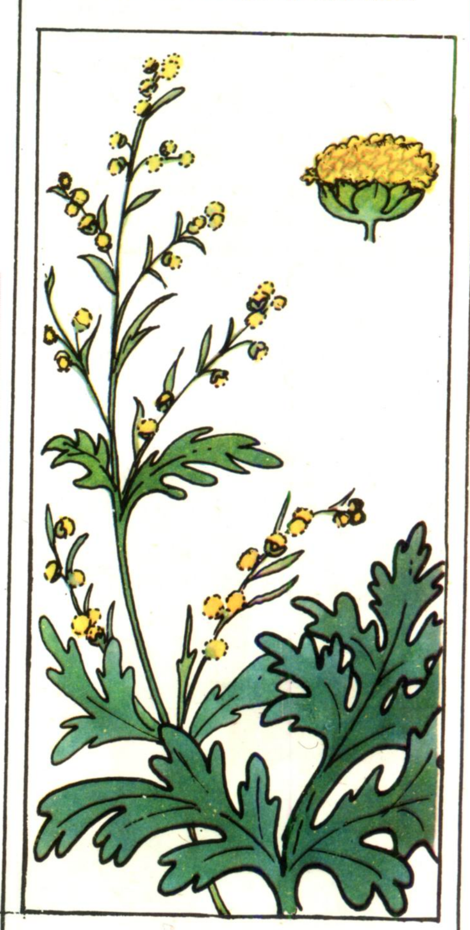


Nombre científico:
Artemisia Absinthium L.
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Ajenjo mayor, Ajenjo común, Ajenjo oficinal

Esta planta alcanza aproximadamente 1 metro de altura, posee ramas y hojas tupidas. Hojas perennes de color verde claro. La raíz es dura y fibrosa. Las flores, pequeñas, numerosas, agrupadas en racimos en la extremidad de las ramas y de un color amarillo verdoso. Es una planta aromática y con múltiples aplicaciones medicinales, no obstante se aconseja no hacer abuso de ella, ya que las personas nerviosas pueden sufrir insomnios y alucinaciones.

La infusión de hojas de ajenjo estimula la digestión, calma los dolores intestinales y facilita el curso de los jugos biliares.

Para este uso se recomienda una infusión de 10 a 15 gramos de hojas de ajenjo y la dosis recomendada es una tacita en ayunas. El vino de ajenjo, tomado como aperitivo, es recomendable en caso de anemia.



TINTURA DE AJENJO

Alcohol de 60º.......... 1500 c.c.
Hojas de ajenjo........... 90 gr.
Canela en rama........... 8 gr.
Genciana..................... 15 gr.

Se deja en maceración durante una semana, se cuela exprimiendo bien los sólidos. Se guarda en un frasco oscuro de tapa hermética y se deja reposar otra semana. Dosis recomendada: de 15 a 20 gotas en medio vaso de agua.

VINO DE AJENJO

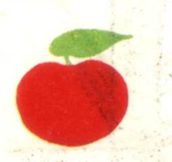
Vino................. 500 c.c.
Hojas de Ajenjo... 5 gr.

Se deja en maceración 15 días, se filtra y se guarda en una botella oscura de tapa hermética. Dosis recomendada: medio vaso ante de las comidas. Se aconseja usarlo con cuidado porque puede producir transtornos nerviosos.

Un cocimiento de flores de ajenjo y anís verde en vino blanco, tomado caliente, es un eficaz remedio preventivo para quien sufre de gases intestinales. También regulariza las menstruaciones y es vermífugo.

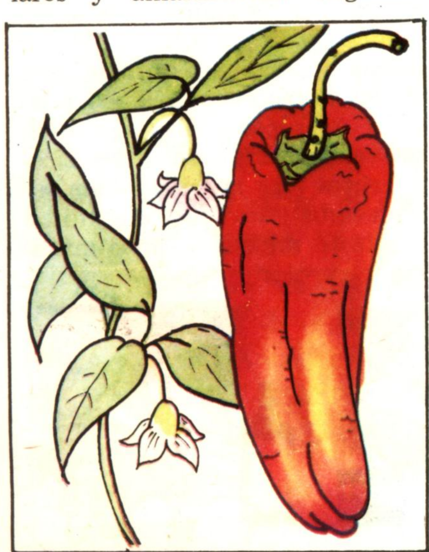
Contra el mal aliento de origen estomacal, se aconseja un cocimiento de 10 gramos de hojas de ajenjo y 10 gramos de cáscara de naranja en 1 litro de vino blanco. Dosis recomendada: medio vaso, una o dos veces al día.

AJI



Nombre científico:
Capsicum Annuum
Familia:
Solanáceas
Otros nombres:
Ají bravo, Ají picante, Ají caballero

Planta herbácea anual con tallos ramosos de 40 a 70 centímetros de altura. Hojas lanceoladas y lampiñas. Flores axilares, blancas y pequeñas. Fruto, baya hueca, de tamaño y forma variable, pero generalmente cónico. El color varía entre verde, rojo y amarillo, con gran cantidad de semillas planas, circulares y amarillentas. Algunas variedades pueden ser muy picantes. Los ajies pueden clasificarse, basicamente, en dos grandes grupos: picantes o no (también llamados dulces). En el primer caso son llamados, generalmente, ajíes, y en el segundo, pimientos.



Los ajíes contienen una substancia es soluble en vinagre, por lo que su gusto se intensifica.

Tanto ajíes como pimientos, comidos con moderación, son estimulantes de la digestión, a la par que reducen el apetito.

En caso de afecciones de garganta se aconseja una cataplasma mezclando ajíes machacados con miel de abeja.

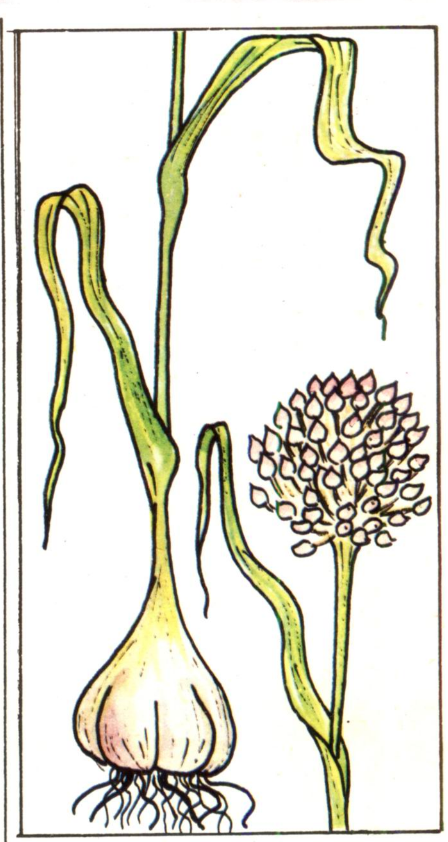


AJO



Nombre científico:
Alium Sativum
Familia:
Liláceas

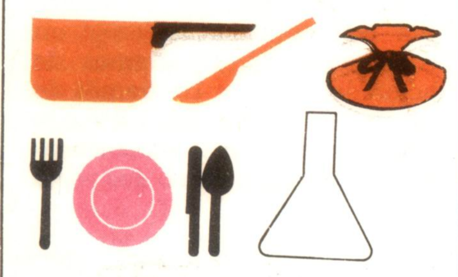
Planta de 30 a 40 centímetros de altura, con hojas enciformes (en forma de espada), muy estrechas, flores blancas y pequeñas. La parte aprovechable es el bulbo, blanco redondo y de un olor muy penetrante que le es característico. El bulbo o cabeza está dividido en partes llamadas dientes.



Usado en dosis moderadas es aperitivo y digestivo, porque estimula la secreción de jugos gástricos. Es un eficaz vermífugo e hipotensor. También se recomienda como antireumático, pues ayuda a la eliminación del ácido úrico.

En el caso que se quiera usar como vermífugo y febrígugo se recomienda la siguiente infusión: agua 1 litro, dientes de ajo 1 kilo. Se hierve durante 10 minutos y se deja enfriar en el

recipiente durante una noche (todo este proceso se recomienda hacerlo con la olla destapada para que pierda su olor característico). Se cuela, se espesa con miel y se guarda en un frasco oscuro y de tapa hermética. Se aconseja tomar dos cucharadas antes de cada comida.



TINTURA DE AJO

Alcohol de 60º............ 200 c.c.
Cabezas de ajo.............. 40 gr.

Una cucharadita dos o tres veces al día disuelta en medio vaso de agua tibia actúa como un eficaz hipotensor.

Como vermífugo se recomienda la siguiente lavativa: Agua, la cantidad necesaria para una lavativa, dientes de ajo trozados 20 gramos. Se hace hervir, se deja enfriar, se cuela y se usa. Para los dolores reumáticos se prepara una cataplasma de ajo machacado y mezclado con miel.

Los dientes de ajo machacados y aplicados directamente sobre la piel, actuan como un excelente callicida.

En caso de picaduras (dolorosas) de insectos, avispas, abejas, etc., se aconseja frotar la parte afectada con un diente de ajo partido.

ALAMO



Nombre científico:
Populus Nigra
Familia:
Salicíneas
Otros nombres:
Chopo

Este árbol alcanza considerable altura y tiene una figura inconfundible. Tronco grueso, recto y elevado. La corteza es lisa y grisácea cuando joven, y en los árboles viejos rugosa y agrietada a lo largo. Hojas en forma de corazón, de color verde en el haz, y plateado en el envés, y pecíolo largo.

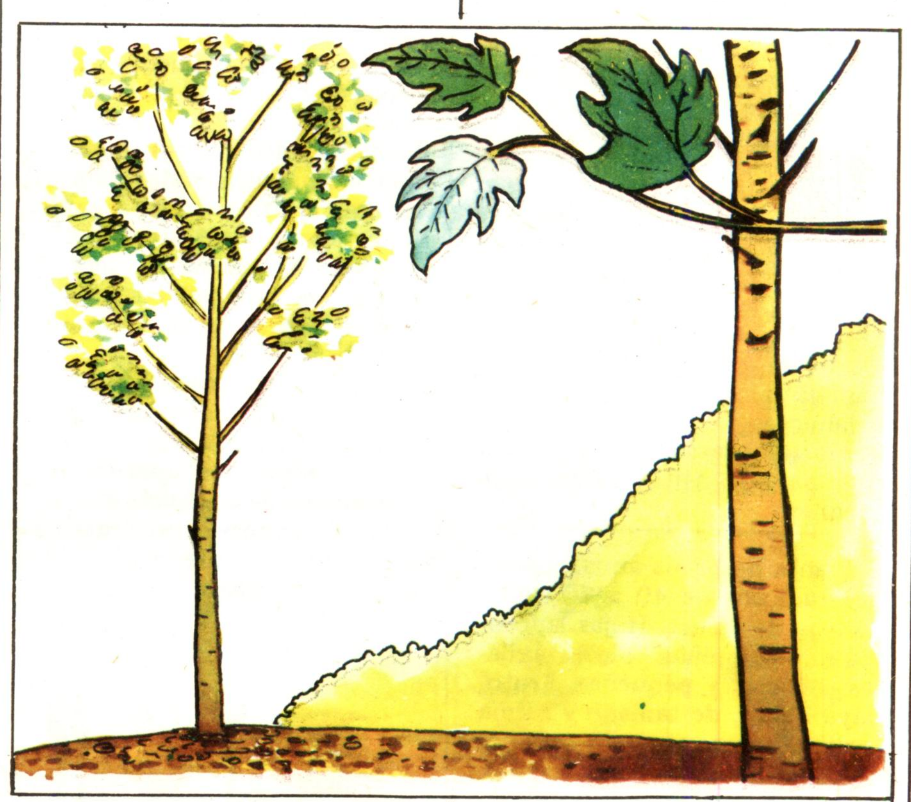
Las yemas de álamo recolectadas antes que se abran (en el momento que tienen mayor cantidad de resina), sirven para preparar una infusión eficaz como desinflamante estomacal, diurética y sudorífica. La infusión se prepara hirviendo 40 gramos de yemas en un litro de agua. Se aconseja tomar una taza cuatro veces por día. Los baños de asiento con esta infusión son un eficaz calmante y reductor de hemorroides.

La madera de álamo carbonizada (es decir, calcinada en una vasija cerrada) da un carbón vegetal que, pulverizado, es un absorvente intestinal indicados para casos de flatulencias, dispepcias, y colitis. La dosis indicada es una o dos cucharaditas diarias disueltas en un vaso de agua tibia. También se puede usar como antiséptico en quemaduras y llagas.

CREMA POPULLEOUM

Yemas de álamo........... 150 gr.
Manteca sin sal............. 500 gr.

Se calientan los ingredientes a baño maría durante seis horas y se cuela a través de una muselina limpia. Se guarda en potes herméticos, en lugar fresco (o mejor aún, en la heladera). Se usa para tratar casos de hemorroides, y da excelentes resultados para toda clase de raspaduras y grietas de piel.



Macerando un puñado de hojas frescas de álamo picadas en medio litro de vino tinto de buena calidad se obtiene una solución recomendada par a lavajes de úlceras, llagas y heridas enconadas con fines cicatrizantes (los lavados deben ser continuos y los efectos se notan luego de un tratamiento más o menos prolongado).



Enciclopedia de

PLANTAS QUE CURAN

NUESTRO PROXIMO NUMERO



ALBAHACA - ALCACHOFA - ALCANFOR - ALERCE - ALGARROBO - ALTAMISA - AMAPOLA - AMBAY - ANACAHUITA - ANGELICA - ANIS - ANSERINA - APIO - ARAZA - ARNICA - AROMO - ARRAYAN - ARROZ - ARTEMISA - ASAFETIDA - ASTA DEL DIABLO - ATACO ATAMISQUE - AVENA - AZOTA CABALLO - AZUCENA - AZUFAIFO AZULEJO - BAILA BIEN - BALSAMO DE TOLU - BARBA DE CHOCLO

1

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

